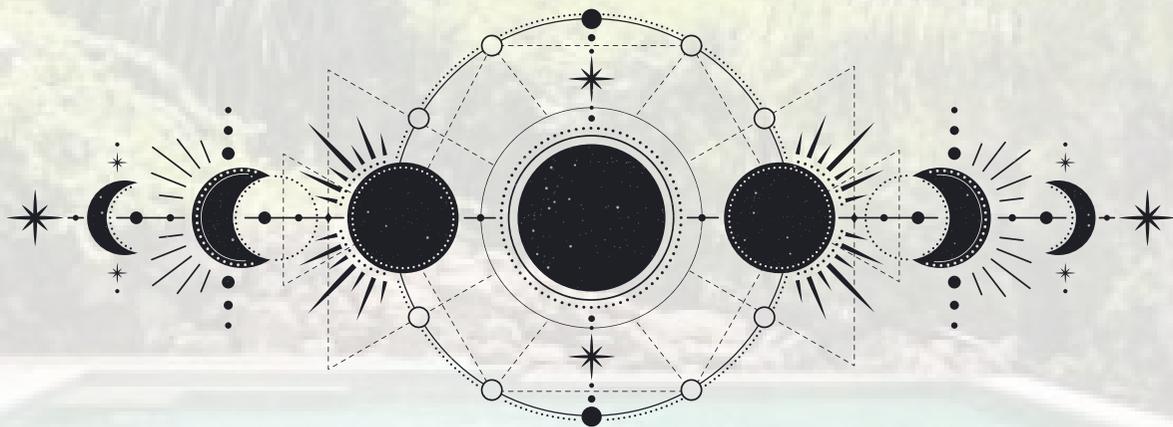


DANZANDO CON LAS LUNAS

EL RETIRO QUE TE MERECE

BALI | 23-28 ABRIL 2024



@YOENCADAFASE
@MAHALO_RETREATS

Bienvenida a Danzando con Las Lunas, el retiro que te mereces.

Este proyecto nace en Bondi Beach (Australia) de la unión entre dos mujeres dispuestas a aportar y compartir contigo sus aprendizajes y experiencia a lo largo de varios años en la industria del wellness, indagando y aprendiendo acerca de salud femenina y bienestar físico, emocional y hormonal.

Este viaje te ofrece la posibilidad de (re)conectarte contigo misma y disfrutar de una estancia única en Bali, rodeada de naturaleza, cultura y tradición balinesa, con el gran añadido que supone hacer un viaje con propósito, intención y acompañada de otras grandes mujeres como tú.

Una semana en la que nos adentraremos en el bienestar integral a través del breathwork, meditaciones guiadas, masajes, alimentación saludable, ejercicio físico y círculo de mujeres entre otras actividades. ¡Estamos deseando conocerte!

Con mucho amor,
Claudia y Georgina



BALI | 23-28 ABRIL 2024

@YOENCADAFASE @MAHALO_RETREATS

Este retiro es para ti si...

Te gustaría pasar tiempo de calidad contigo misma en un entorno de alta vibración, lleno de vida y rodeada de naturaleza.

Quieres conocer cómo funciona la ciclicidad femenina y te gustaría conectar con cada una de tus fases.

Tienes muchas ganas de viajar a Bali pero nunca has encontrado el momento (o sí, pero te gustaría repetir).

Estás dispuesta a conocer la cultura balinesa y a explorar sus tradiciones y costumbres.

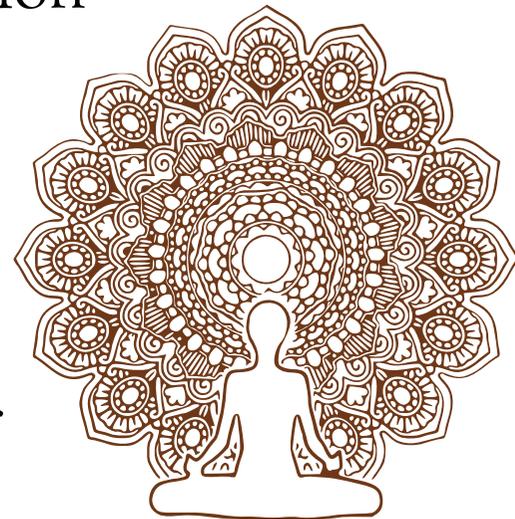
Estás buscando un viaje único que englobe actividades saludables y momentos de unión con otras mujeres.

Necesitas una pausa en tu vida ajetreada y quieres regalarte una semana para tu bienestar integral.



Valores de Danzando con las Lunas

- Proporcionarte un espacio seguro y de alta vibración donde te sientas libre para expresarte y soltar.
- Hacer que tu estancia en Bali sea inolvidable, transformadora y esté llena de aprendizajes.
- Facilitarte recursos y herramientas para potenciar tu bienestar en tu día a día.



Objetivos del retiro

- Proporcionarte un espacio para la sanación a través de un masaje balinés, círculo de mujeres, sesiones de breathwork, y otras actividades específicas para el autocuidado y autoconocimiento.
- (Re)conectar con tu esencia y poder personal.



- Conocer tu ciclicidad femenina y obtener herramientas para alinearte con cada una de tus fases.
- Implementar hábitos saludables holísticos.

¿Por qué Bali?

Indonesia es un país que ofrece muchas posibilidades a quienes se atreven a conocerlo. Tiene un contexto político seguro y tranquilo. El clima es templado durante todas las estaciones, siendo de Abril a Octubre la temporada seca, lo cual es mejor para poder disfrutar de todo lo que ofrece la isla.

La hospitalidad de los balineses, los más de 10.000 templos, las playas de arena negra, su selva tropical, el verde de sus arrozales, su cultura, tradiciones y costumbres te harán sentir arropada y especial.

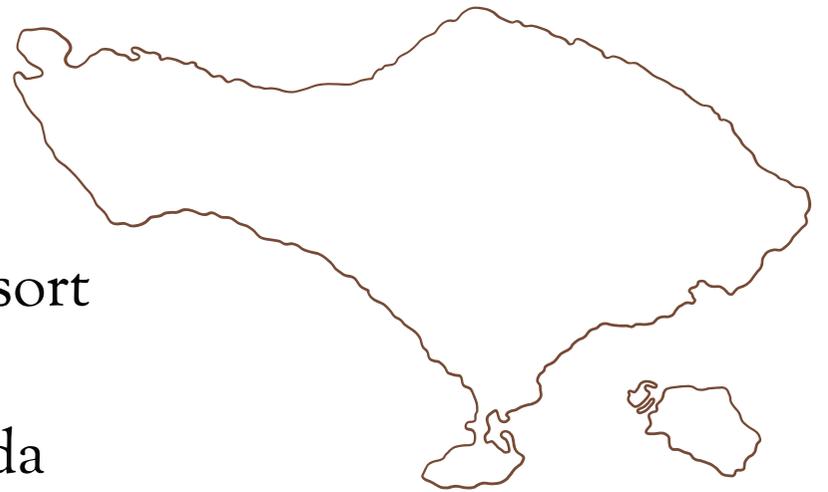
A pesar del caos y la masificación turística de algunas áreas como Ubud o Denpasar, Bali ofrece un entorno abundante de naturaleza y zonas vírgenes. Despertarse rodeada de verde y una energía pura permite que una conecte con su esencia de inmediato y se enamore de Bali en menos de 24 horas.

Esta isla es sin duda un lugar mágico para la transformación y reconexión con una misma.



¿QUÉ INCLUYE EL RETIRO?

- Traslados aeropuerto (ida y vuelta)
- Visita a Ubud
- Cena en Tukad Restaurant
- 1 noche + desayuno en Rumah Kayu Resort
- Traslado de Ubud a Pemuteran
- Ceremonia balinesa y pack de bienvenida
- 1 masaje balinés personalizado (1h)
- 4 noches en Jeda Luxury Villa Retreat Center
- Comidas principales
- Todas las actividades y talleres del retiro
- Entradas y transporte a lugares mágicos
- Snacks saludables
- Café, té y agua mineral



¿QUÉ NO INCLUYE?

- Vuelos
- Seguro médico obligatorio
- Visado de entrada al país
- Extras (souvenirs, servicio de lavandería, masajes adicionales, etc.)

JEDA LUXURY VILLA

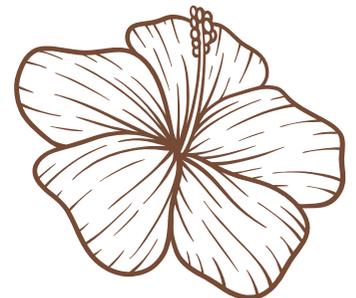
El complejo de villas donde realizaremos el retiro está situado en el hermoso y auténtico noroeste de Bali, en un pueblo poco conocido y tranquilo llamado Pemuteran.

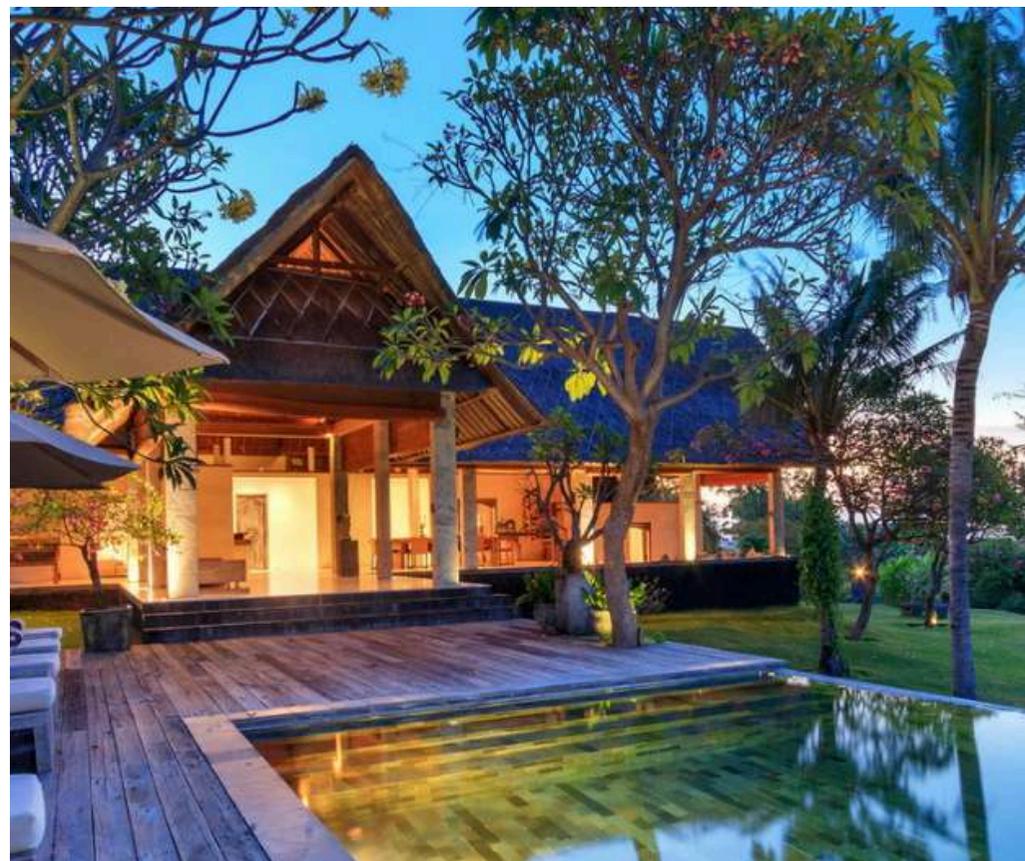
Esta parte desconocida de Bali es exclusiva y tiene una energía muy especial, está rodeada de naturaleza y alejada del caos, creando así un entorno ideal para (re)conectar con una misma.



La villa ofrece dos hectáreas de increíbles jardines tropicales en las que encontraréis 3 piscinas y un estudio privado de yoga donde desarrollaremos parte de las actividades del retiro.

Todas las habitaciones disponen de aire acondicionado y cuarto de baño privado.





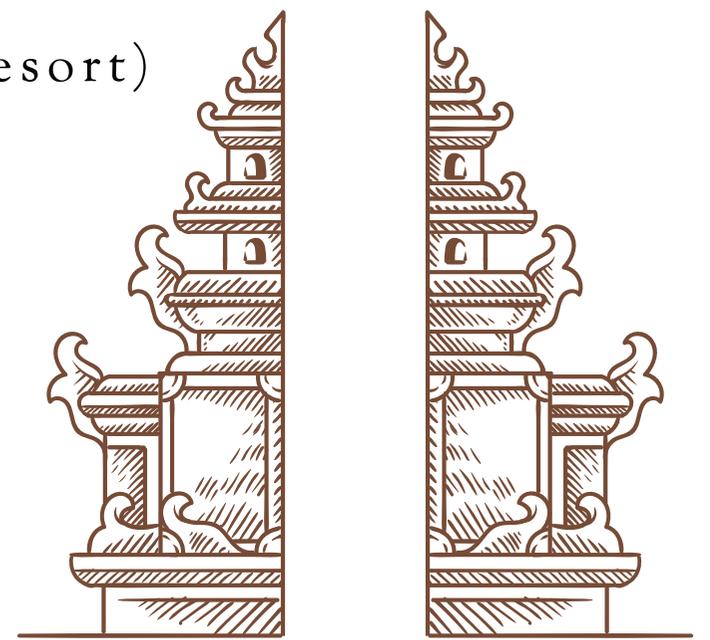
ACTIVIDADES DIARIAS

DÍA 1 - WELCOME TO BALI

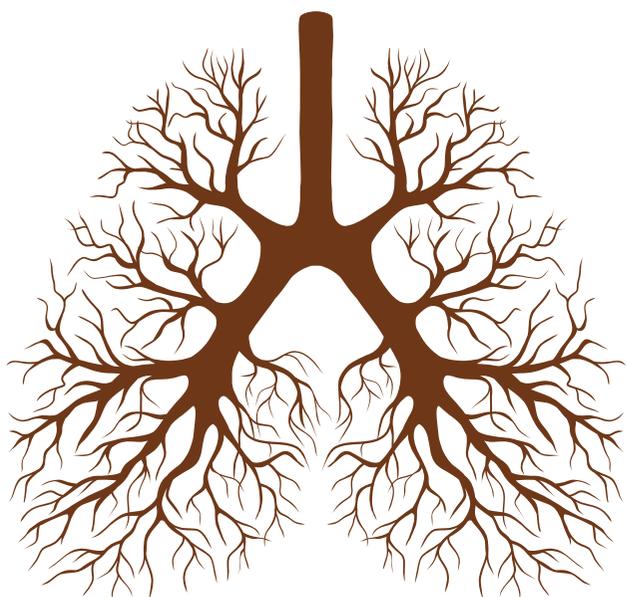
- Recogida en el aeropuerto de Denpasar, Bali
- Traslado a Rumah Kayu Resort (Ubud) - 1 noche
- Pack de bienvenida y presentación del grupo
- Visita por el centro de Ubud
- Cena en Tukad Restaurant (Rumah Kayu Resort)

DÍA 2 - RUMBO AL NORTE

- Sesión de estiramientos holísticos
- Traslado a Jeda Luxury Villas (Pemuteran)
- Welcome drink & snack
- Visita por las instalaciones
- Sesión de meditación guiada (1h)
- Soñando bajo las estrellas



DÍA 3 - FLOWING WITH YOUR BREATH



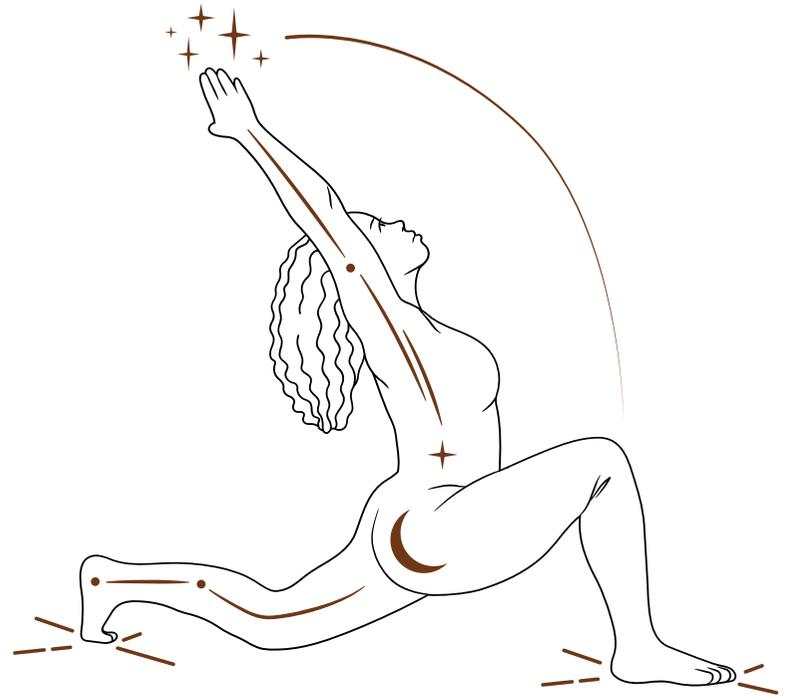
- Ceremonia de apertura Balinesa
- Excursión a cascada Sambangan (5h)
- Pool time & relax
- Taller Introducción al Breathwork (2,5h)

DÍA 4 - DANZANDO CON LAS LUNAS

- Taller de Breathwork + Cacao Ceremony (3h)
- Tour de templos (Monkey & Melanting Temple) (2,5h)
- Pool time & relax
- Círculo de mujeres

DÍA 5 - EN LA CIMA

- Mountain Trekking (3h)
- Workshop de salud hormonal y ciclicidad femenina (2,5h)
- Carta a mi yo en cada fase
- Cierre y unión final



DÍA 6 - TERIMA KASIH

- Sesión de estiramientos holísticos
- Despedida del círculo
- Retorno al aeropuerto Denpasar (o Ubud en caso de extender tu estancia en Bali)



Precios

- Habitación individual: 1380€
- Habitación doble: 1150€ / persona
- Habitación triple: 990€ / persona

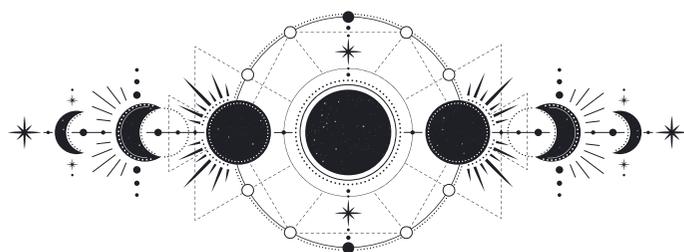


Condiciones de pago

Primer pago al reservar (20%) - no reembolsable

Segundo pago (50%) antes del 4 de febrero de 2024

Último pago (30%) antes del 7 de abril de 2024



¡Plazas limitadas!

Si estás interesada o tienes alguna pregunta acerca del retiro,
contáctanos por Instagram sin compromiso y
te responderemos lo antes posible.
¡Estamos deseando conocerte!



@yoencadafase

@mahalo_retreats

**Danzando con las lunas,
el retiro que te mereces**

BALI | 23-28 ABRIL 2024